

## Recursos de la comunidad

### Servicios de Protección al Niño del DCHS

703.746.5800 (línea directa las 24 horas)  
[www.alexandriava.gov/ChildAbuse](http://www.alexandriava.gov/ChildAbuse)

### División del Desarrollo Infantil del DCHS

Para recursos de cuidado infantil.  
703.746.KIDS (5437)  
[www.alexandriava.gov/DCCHS](http://www.alexandriava.gov/DCCHS)

### The Campagna Center

Programas de cuidado infantil, incluido Head Start, desde recién nacidos hasta edad escolar.  
703.549.0111  
[www.campagnacenter.org](http://www.campagnacenter.org)

### Departamento de Recreación, Parques y Actividades Culturales

Para programas de niños en edad escolar.  
703.746.4343  
[www.alexandriava.gov/Recreation](http://www.alexandriava.gov/Recreation)

### La Cruz Roja Americana

Para recibir capacitación y certificación en cuidado de niños, atención infantil y primeros auxilios.  
Opciones disponibles en línea y en una clase.  
703.549.8300  
[www.redcrossnca.org](http://www.redcrossnca.org)

### Stop Child Abuse Now of Northern Virginia (SCAN)

Para obtener educación y recursos parentales.  
703.820.9001  
[www.scanva.org](http://www.scanva.org)

## Tu plan familiar

Estos son algunos de los temas más importantes para discutir y responder juntos.

### ¿A quién debo llamar en caso de emergencia?

\_\_\_\_\_  
NOMBRE NÚMERO DE TELÉFONO

\_\_\_\_\_  
NOMBRE NÚMERO DE TELÉFONO

### ¿Cuándo se me permite usar el teléfono?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### ¿Qué debo hacer si alguien toca a la puerta?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### ¿Qué debo hacer si la puerta está cerrada con llave?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### ¿Cuándo debo llamar al 911?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Practique quedarse solo en casa y qué debe hacer en estas situaciones.

## ¿Solo en casa? Guías de supervisión infantil



Departamento  
de Comunidad y  
Servicios Humanos

703.746.5902  
[www.alexandriava.gov/DCCHS](http://www.alexandriava.gov/DCCHS)

## ¿Mi hijo está preparado?

No hay leyes en Virginia que indiquen cuándo o por cuánto tiempo se puede dejar a un niño solo. Trabajando con otras jurisdicciones en el norte de Virginia, la Ciudad de Alexandria ha establecido estas guías de supervisión para que los padres y cuidadores las consideren antes de dejar a un niño solo.

Los padres tienen la responsabilidad final de tomar decisiones sobre la seguridad de sus hijos. Cada niño es diferente y debe ser evaluado según su madurez, sus habilidades y su nivel de comodidad para estar solo en casa.

### ¿Mi hijo está preparado? Él/Ella...

- ¿Comprende las instrucciones y sigue las reglas importantes?
- ¿Sabe cómo pedir ayuda a amigos, vecinos y la policía?
- ¿Toma buenas decisiones cuando está lejos de usted o de otros adultos?
- ¿Sabe cuándo comunicarse con usted y con el 911 si es necesario?
- ¿Se siente cómodo y seguro de quedarse solo en casa?



## Guías

### SUPERVISIÓN

**8 AÑOS Y MENORES:** siempre deben estar al cuidado de una persona responsable. Los niños de esta edad **nunca deben quedar sin supervisión** en casas, autos, parques infantiles o patios.

**9-10 AÑOS:** pueden estar listos para quedar sin supervisión hasta **1.5 horas durante el día**.

**11-12 AÑOS:** pueden estar listos para quedar sin supervisión hasta **3 horas durante el día**.

**13-15 AÑOS:** pueden estar listos para quedar sin supervisión más de tres horas, pero **no durante la noche**.

**16 AÑOS Y MAYORES:** pueden estar listos para quedar sin supervisión **durante la noche por uno o dos días**, con la implementación de un plan familiar.

### CUIDADO DE NIÑOS

**10-12 AÑOS:** pueden cuidar a otros niños por hasta tres horas con la ayuda de un adulto.

**13-15 AÑOS:** pueden cuidar a bebés y niños, pero no durante la noche.

**16 AÑOS Y MAYORES:** pueden cuidar a niños durante la noche.

## ¿Mi casa y mi familia están preparadas?

- 1. Escriban reglas familiares juntos.** Hable acerca de las reglas para usar el teléfono y otros dispositivos electrónicos, cocinar, cuidar a los hermanos, hacer la tarea, salir a la calle, tener amigos y abrir la puerta.
- 2. Ayude a su hijo a memorizar su dirección** y los números de teléfono importantes.
- 3. Revise y mantenga una lista de contactos de emergencia.** Asegúrese de que funcionen los detectores de humo y de monóxido de carbono.
- 4. Tenga una llave de repuesto disponible.** Deje una llave de repuesto a un vecino o adulto de confianza. Asegúrese de que su hijo sepa cómo usar los seguros de puertas y ventanas.
- 5. Hágale saber a un vecino de confianza** que su hijo puede quedar solo en casa. Designe un lugar seguro a donde su hijo pueda dirigirse si se siente asustado o inseguro.
- 6. Asegúrese de que su hijo está bien** con frecuencia, por teléfono o mensaje de texto.
- 7. Enséñele sobre seguridad en el hogar,** como el uso adecuado de utensilios de cocina y electrodomésticos, si está permitido. Guarde cualquier artículo peligroso de manera segura.
- 8. Tenga un plan para emergencias.** Hable de qué debe hacer si hay un retraso o pasa algo que afecta su día normal.